འཕྲིན་ཡིག་ཕན་བདེའི་གཞི་འཛིན་ཞེས་བྱ་བ།

执持利乐根本之信札

宗喀巴大师 造

༈༡གང་ལ་བརྟེན་ན་འཕྲལ་དང་ཡུན་གྱི་དོན།།བདེ་བླག་སྦྱིན་པ་གཅིག་པུ་ཀུན་གྱི་གཉེན།།

1. 依彼易得暂久义，一切众生唯一友，

མགོན་པོ་ཐུགས་རྗེའི་གཏེར་དེའི་ཞབས་ཀྱི་རྡུལ།། སྤྱི་དང་སྤྱི་བར་གུས་པས་མཆོད་གྱུར་ཅིག།

悲藏祜主足尘下，祈愿恒时敬供养。

༢བློ་གྲོས་གསལ་ཞིང་དད་པའི་རྩ་བ་བརྟན།།གཏོང་ལ་ལག་བརྐྱང་ཐོས་ལ་འདུག་གྱུར་པ།།

2. 智明信根极稳固，乐施闻即安住者，

ནམ་མཁའ་དཔལ་གྱིས་རིང་ནས་སྤྲིངས་པ་ཡི།།འཕྲིན་ཡིག་ཚིག་དོན་བཟང་ཞིང་སྙན་པའི་ངག།

虚空吉祥远寄书， 辞义俱妙悦耳语。

།༣རྒྱལ་སྲས་ཐུ་བོའི་སྐུ་གཟུགས་འདུས་པའི་རྒྱུད།།ངུར་སྨྲིག་རྒྱལ་མཚན་ཟུང་ལ་སོགས་པ་ཡི།།

3. 佛心子像密集续，袈裟以及胜幢等，

ཡིད་འོང་སྐྱེས་མང་བསྐུར་བ་པོ་ཉ་བས།།མ་ཚང་མེད་པར་བདག་གི་གམ་དུ་འཕྲོད།།

托使递多合意物，吾侧悉纳无所余。

༤སྔོན་ཆད་ཕན་པར་སྨྲས་པའི་རྗེས་སུ་བསླབས།།ད་དུང་ལེགས་བཤད་དགའ་སྟོན་སྩོལ་ཞེས་ཟེར།།

4. 谓昔益语已修学，仍复求赐善说筵，

སྔོན་ཆད་གདམས་པ་རྣམས་ལས་ཆེས་ལྷག་པའི།།གདམས་པར་བགྱི་བ་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་མོད།།

虽任作何之教导，更无能胜昔所教。

༥འོན་ཀྱང་གུས་པར་ཉན་ལ་ཡང་ཡང་དུ། །ལེགས་པར་གདམས་ན་ཁྱད་པར་ཐོབ་འགྱུར་ཏེ། །

5. 若向敬听者再再，善教将得胜收获，

།ཤིན་ཏུ་སྙི་བའི་ཆུ་ཐིགས་ལྷུང་བ་ཡིས། །ཤིན་ཏུ་མཁྲེགས་པའི་བྲག་ལ་ཇི་བཞིན་ནོ། །

此如至柔之水滴，落于极硬岩上般。

།༦ཀྱེ་མ་འགྲོ་འདི་བློ་གྲོས་ཉམ་ཆུང་ཞིང་། །ཚུལ་བཞིན་འདོམས་པའི་དམ་པའི་མགོན་མེད་པས། །

6. 呜呼众生智慧劣，复乏如法善士祜，

རྒྱུད་པའི་སྒོ་ལ་འབད་པ་དྲག་པོ་ཡིས། །རྒྱུན་མི་འཆད་པར་རབ་ཏུ་འཇུག་པར་བྱེད། །

故以汲汲强猛力，无间恒趣衰损门。

༧དེ་སླད་བྱིས་པའི་སྤྱོད་ལས་རིང་སོང་བའི། །དམ་པའི་ཚུལ་ལུགས་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ནས། །

7. 是故久离愚稚行，已获殊胜净法轨，

དེ་ཡིས་རངས་པ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །བདྲུས་བརྒྱུད་པའི་རི་རྩེར་ལུག་བོང་བཞིན། །

唯彼心乐仍未满，如羊驴于山巅莲。

༨བདག་ཅག་ལེགས་པར་སྦྱུད་པའི་བསགས་པ་དམན། །ཉེས་སྤྱོད་སྒོ་ལ་རྒྱུན་མི་ཆད་དུ་ཕྱོགས། །

8. 吾等修善积习劣，恒常趋向造恶门，

།དེ་ཕྱིར་བདེ་ལེགས་སྒོར་གྱུར་ཐུབ་བསྟན་དང་། །མཇལ་བའི་གོ་སྐབས་རྙེད་པ་ད་རེས་ཙམ། །

故遇佛教利乐门，机缘仅唯今生获。

༩དེང་དུས་འདི་ན་སྤུན་པ་འཕྱར་བ་བཞིན༎སྙིང་པོ་མེད་པའི་བྱེ་བ་མ་བཏང་ན༎

9. 此时若不即舍弃，如扬糠般无义事，

ལུས་སྦྲོག་ཡལ་ནས་བསྐལ་མང་ངན་འགྲོའི་གནས༎བརྒྱུད་པའི་སྡུག་བསལ་སུ་ཡིས་གནག་པར་ནུས༎

身后多劫于恶趣，流转之苦孰为除？

༡༠གདོན་གྱིས་ཟིན་པ་རྣམས་ལ་ཆེས་བརྩེ་བའི།བཤེས་ཀྱི་སྲོག་ལ་གནོལ་བར་བྱེད་པ་ལྟར༎

10. 如魔附者欲加害，于其关爱之友命，

རྨོངས་པར་གྱུར་རྣམས་རང་གི་བདེ་ལེགས་སྒོ༎ཐུབ་པའི་བཅས་པའི་མཚམས་ལ་དགྲ་བཞིན་བལྟ༎

愚夫于自利乐门，能仁制限视为仇。

༡༡ཁྱོད་ནི་བདག་གིས་སྨྲས་པའི་རྗེས་སློབ་ན༎དལ་བ་ཤིན་ཏུ་རྙེད་དཀའ་དོན་ཆེ་དང་༎

11. 汝若依吾教而学：暇满难得与义大，

དེ་ཡང་ཆུ་བུར་བཞིན་དུ་མྱུར་འཇིག་ཅིང་༎དེ་ནས་གཞན་གང་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་ལ༎

其亦速坏如水泡，此后任余无可继；

༡༢དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ཕྲ་བའང་མི་སླུ་བ༎རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་འདི་རིང་དུ་སོམས༎

12. 黑白业果毫不欺，此缘起理应恒思，

དེ་ཡིས་ཕན་བདེའི་རྩ་བའང་མ་བཟུང་བའི༎མཁས་པར་རློམ་དང་ཡུན་རིང་བསམ་གཏན་ལ༎

彼未掌握利乐本，自命学者久修定；

༡༣སྒྲུད་པའི་ཡུས་ཀྱིས་གནངས་པ་དེ་དག་ཀུན།།ནོར་བུར་འབྲུལ་ནས་མཆིང་བུའི་ཁུར་ཐོགས་པའི།།

13. 居功自矜诸徒众，如入宝洲之商主，

གསེར་གླིང་ཕྱིན་པའི་ཚོང་པ་སླར་ལོག་ནས།།རང་གི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་རིག་པར་མཛོད།།

碔砆混玉满载归，当知彼等即如是。

༡༤རྙེད་དཀའ་རིག་ན་གྱི་ནར་སྡོད་ཐབས་མེད།།དོན་ཆེན་མཐོང་ན་དོན་མེད་འདའ་བ་ཕངས།

14. 若知难得不庸住，若见义大惜虚度，

།འཆི་བ་བསམས་ན་ཕྱི་མར་འགྲོ་གྲབས་བྱེད།།ལས་འབྲས་བསམས་ན་བག་མེད་གནས་ལས་ལྡོག།

若思死殁预来世，苟思业果止放逸。

༡༥དེ་ལྟར་དེ་བཞིའི་རྩ་བ་བརྟན་གྱུར་ན།།དགེ་ཆོས་ལྷག་མ་བདེ་བླག་ཉིད་དུ་སྐྱེ།།

15. 如是四根若稳固，其余善法皆易生，

དེ་ཕྱིར་འགྲམ་རྩ་ཟད་པའི་ཁང་རུལ་ལ།།དགའ་བར་མ་སེམས་རྩ་བ་བཞི་ལ་སློབས།།

故于根基朽坏屋，莫喜应学四根本。

༡༦ཐོག་མར་ཞིང་གི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི།།ནང་གི་བསམ་པའི་སྟོབས་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་བ།།

16. 最初当依福田力，乃生内在意乐力；

དགེ་བའི་བཤེས་དང་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་ལ།།རྒྱུན་ཆད་མེད་པའི་སྦྱོར་བ་རྟེན་འཚལ་ལོ།།

并勤供养师三宝，无间加行而依止。

༡༧དེ་ལྟར་རྩ་བ་བརྟེན་ལ་གཙོར་འབད་ན།།ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་རྣམས་མ་ལུས་པ།།

17. 若主勤此根本依，深广无余一切法，

ཁ་ཅིག་ད་ལྟ་ལག་ཏུ་བླང་བ་དང་། །གཞན་དག་སྨོན་ལམ་ཡུལ་དུ་བྱས་གྱུར་ཏེ།།

或于现今垂手得，余则作为祈愿境；

༡༨གཅིག་ཀྱང་མི་སྤོང་ཀུན་་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཐབས།།དེ་ལྟར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཡོངས་རོགས་པ།།

18. 一法不舍佛方便，如是佛教皆助成，

ལམ་དུ་བསྒྲིལ་བ་ཤེས་ན་མཁས་པའི་ཐུལ།།གཞན་དུ་དམ་ཆོས་སྤོང་བ་ཁོ་ནར་ཟད།།

若晓合道最聪睿，否则弃法唯穷途。

༡༩མདོར་ན་རང་གི་བསམ་པ་གང་དགའ་ལ།།མ་བཏང་རྒྱལ་བའི་བཅས་པའི་དབང་དུ་བཏང་།།

19. 总勿任自心所欲，依佛制限而随转，

དེ་ཚེ་འཕྲལ་དུ་གདུང་ཡང་ཕན་ཡོན་ལ།།ཤུས་པར་བྱ་སྐྱེ་གཏར་དང་སྲེག་པ་བཞིན།།

彼虽暂苦获善德，信如剖刺及火炙。

༢༠བདག་གིས་བརྩེ་བས་ཅུང་ཟད་གདམས་པ་ལས།།བྱུང་བའི་དགེ་བ་དེ་ཡིས་འགྲོ་བ་ཀུན།།

20. 吾以悲心略宣说，所获善根悉回向：

དམ་པའི་བཤེས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་། །དེ་ཡི་གདམས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་གྱུར་ཅིག།

愿众皆蒙善士摄，并如彼教勤修行！

ཅེས་འཕྲིན་ཡིག་ཕན་བདེའི་གཞི་འཛིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི།།ཤཱཀྱའི་དགེ་སློང་བློ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་གནས་རྩེ་ད་ལྷེང་གི་གཙུག་ལག་ཁང་ནས་དཔོན་པོ་ནམ་མཁའ་དཔལ་བཟང་གི་ཡི་གེའི་ལན་དུ་ལ་སྟོད་བྱང་དུ་སྤྲིངས་པའོ།།

此《执持利乐根本之信札》者，乃释迦比丘洛桑察巴，为复

官员虚空吉祥贤之信函，而自南哉塔顿寺寄至拉多羌。

（丹增江秋承恩师开示初译于2020年12月9日，

修订于2021年7月17日）